

# MUTUELLE

JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE 2014

N°29

# INFOS

COMPLÉMENTAIRE SANTÉ



S O M M A I R E

P2 - Edito du président  
Actualités

P3 - Dossier : l'audition

P4 - Nutrition : les laitages

MUTUELLE  
**GROUPE**  
**LA DÉPÊCHE**  
DU MIDI  
COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

[www.mutuelle-depeche.fr](http://www.mutuelle-depeche.fr)



Par Serge LOMBEZ

**MONOPOLE !**

*Le 30 septembre les pharmaciens auront fait un jour de grève pour s'opposer au projet de réforme concernant l'autorisation de vente des médicaments non remboursés en grande surface. Ont-ils raison ou ont-ils tort ? Vaste débat.*

*En Europe, pour certains pays, et aux Etats Unis, c'est déjà dans les faits. La fin du monopole ne peut-il pas être un levier de baisse des couts sur ces produits et donc à l'avantage des patients ? Pourquoi trouve-t-on en pharmacie des lunettes de secours ? Aucune souvenance d'une quelconque grève des opticiens !*

*Demain, les pharmaciens vendront des prothèses auditives, que vont faire les audio prothésistes ? N'y a-t-il pas déjà concurrence dans la parapharmacie ?*

*Un point important, la fin de ce monopole, si la loi devient effective, devra être réglementée et notamment en ce qui concerne la qualification des personnels. Les médicaments sur ordonnance, mais non remboursés, devront rester du domaine des pharmacies. C'est aujourd'hui un passage obligatoire pour être remboursé par votre mutuelle. Mais que met-on sous l'appellation médicaments ?*

*Le débat ne fait que commencer, il influera obligatoirement sur la gestion de votre mutuelle.*



**CONSEIL & GESTION EN PATRIMOINE**

**A NÎMES:**  
850 av. Étienne Lenoir  
Pôle Delta Littoral A  
30 900 Nîmes

**A PARIS:**  
6 rue des pâtures  
75 016 Paris

**TÉL. :** 09.67.04.23.99  
**FAX :** 04.66.84.23.99  
info@lgfpatrimoine.fr  
www.lgfpatrimoine.fr

**ACTU**

**QU'APPELLE-T-ON PORTABILITÉ DES DROITS SANTÉ DES SALARIÉS ?**

*Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2014 pour la santé, la portabilité des droits du salarié devient une obligation légale à laquelle sont soumises toutes les entreprises.*

- Pour bénéficier du maintien de garanties de la mutuelle, le salarié doit :**
- être indemnisé par le régime d'assurance chômage.
  - ne pas avoir été licencié pour faute lourde.
  - avoir bénéficié des droits à couverture complémentaire chez le dernier employeur.
  - justifier d'un dernier contrat de travail d'une durée minimale.

Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2014 la durée maximale de maintien des garanties est de 12 mois.

Le coût du maintien des garanties santé est gratuit pour l'ancien salarié durant la période de portabilité. Au-delà, la mutuelle vous adressera une proposition de maintien de votre couverture santé à titre individuel.

**PROCÉDURE DE DEMANDE DE FONDS D'ENTRAIDE**

Le **fonds d'entraide** (*fonds social*) peut aider tout membre participant pour toute situation difficile liée à la maladie ou à l'accident, ou pour des dépenses de santé onéreuses.

Le **fonds d'entraide** (*fonds de solidarité*) peut aider tout membre participant pour toute situation difficile liée à des difficultés financières passagères, ne rentrant pas dans le cadre du fonds social.

Le bénéficiaire de l'aide doit être

membre participant ou ayant droit. Le membre participant doit être à jour de ses cotisations.

Le dossier de demande de fonds d'entraide doit être retiré et déposé auprès de la mutuelle qui le transmettra au **service médico-social** du groupe **La Dépêche du Midi**, à l'attention de **l'assistante sociale**. Aucune demande ne sera traitée si le dossier n'est pas correctement renseigné et s'il ne contient pas toutes les pièces à fournir.

**Les dossiers fonds d'entraide peuvent être téléchargés sur [www.mutuelle-depeche.fr](http://www.mutuelle-depeche.fr)**

**LA SÉCU A 70 ANS**

Dans une interview au magazine VIVA, Colette Bec, professeure de sociologie à l'université Paris-Descartes et chercheuse au Cnrs nous fait part de son inquiétude pour l'avenir de la sécu : « Les idéaux de sécurité sociale, de démocratie et de solidarité sont bien loin aujourd'hui ». Elle poursuit, « Les experts n'ont qu'une vision gestionnaire de cette institution et un unique objectif celui d'équilibrer les comptes. » Les politiques n'ont de cesse de se référer au modèle social de 1945 et de s'en réclamer.

Or chaque réforme nous en éloigne un peu plus. En perdant de vue le sens politique de la Sécu, l'Etat a perdu la maîtrise politique de la Sécu. Elle n'est plus considérée comme un investissement assurant la sécurité pour tous les Français, mais comme un coût. Pierre Laroque

fondateur de la sécu, lançait lors du cinquantième anniversaire, « le plus gros échec ce n'est pas le trou mais le manque d'éducation des Français à l'idée même de solidarité. » Les inégalités vont s'accroître entre ceux qui pourront payer une mutuelle et les autres.



## ◆ DOSSIER : L'audition

L'audition est la faculté de percevoir, reconnaître et comprendre le monde sonore, dont le langage et la parole font partie. Percevoir c'est détecter des sons. Mais ensuite, il est nécessaire de les localiser. Puis, il est tout aussi nécessaire et généralement en même temps de les reconnaître, de leur donner du sens.

### Mes oreilles bourdonnent ?

Les activités de loisirs et la musique amplifiée sont à l'origine de troubles auditifs. De nombreux jeunes ont eu, après un concert ou une soirée en discothèque, une audition perturbée ou perçoivent des acouphènes ; ces phénomènes, souvent fugaces, peuvent devenir permanents.

### Je n'entends plus aussi bien qu'avant.

La presbyacousie est une surdité progressive attribuée à l'âge, mais dont la précocité d'apparition et la gravité résultent des divers agressions et traumatismes subis au cours de l'existence.

### Quels sont ces signes ?

**Chez l'adulte :** changements de comportement et de la vie de relation familiale et professionnelle, fait répéter, modification de la voix et de l'articulation de la parole, gêne auditive parfois mal reconnue.

**Chez le senior :** mêmes signes que chez l'adulte. Chez les personnes âgées, replie sur soi et indifférence ne sont pas toujours le signe d'un déclin cognitif. Ces manifestations peuvent traduire une baisse de l'acuité auditive.

La CPAM, les caisses de retraite et les instituts de gérontologie proposent un bilan annuel de santé aux retraités avec la passation d'une audiométrie de dépistage.

### Qui consulter ?

L'appareil n'est pas le seul élément de la réhabilitation et l'aide psychologique et technique de divers intervenants est nécessaire.

Le médecin ORL est le premier intervenant mais s'il prescrit l'appareillage, il n'indique pas les caractéristiques de l'appareil dont le choix est de la compétence de l'audioprothésiste.

### Les solutions

Les aides auditives ou prothèses auditives sont un système universel d'aide à l'audition.



Les aides auditives ne traitent pas l'oreille mais le son. Elles peuvent être prescrites dans tous les cas. Elles agissent par amplification du son.

Les prothèses numériques sont plus fiables, plus facilement adaptables et plus confortables mais l'utilisation en milieu bruyant pose encore des problèmes.

### LA FABULEUSE DÉCOUVERTE DE TINTAMARRE



**Un conte inédit pour sensibiliser les enfants et les familles au domaine de l'audition.** Ed JNA

## ▶ RÉOLUTIONS DU CA

### Le 16 juin 2014, le CA :

- adopte le PV du CA du 19 mai 2014
- vote un secours de 719 € sur le fonds social
- adopte le rapport de solvabilité 2013
- adopte le rapport de contrôle interne
- autorise le président à signer la convention dentaire présentée par la Mutuelle Française.

### Le 30 juin 2014, le CA :

- a désigné le bureau suivant : Serge LOMBEZ président ; Marie-Françoise BORIE vice-présidente ; Éric GABARROT trésorier et Anne DERO secrétaire.
- accorde un secours de 1 774 €.
- prend acte de la démission de Marie-Françoise BORIE au comité d'audit.
- nomme Paul DARGEIN au comité d'audit.
- adopte le PV du CA du 16 juin 2014.

**N'hésitez pas :  
allez sur le site internet  
[www.mutuelle-depeche.fr](http://www.mutuelle-depeche.fr)**

*Le site internet de la mutuelle, très riche et facile d'utilisation, vous propose :*

d'accéder à votre plateforme personnalisée, à vos remboursements en ligne, de faire des demandes d'assistance, des demandes de fonds d'entraide, d'accéder à des infos de santé de qualité, à des échanges avec des experts, de géolocaliser le réseau Kalivia (Optique et audioprothèse) et bien sûr de réserver vos locations vacances.

## PRESTATION À LA LOUPE

### Quelle prise en charge par la mutuelle ?

L'aide auditive reste chère car son prix englobe le matériel et tous les services de l'audioprothésiste.

**La mutuelle prend en charge 500€** par oreille et par an (y compris entretien, réparation et piles). Nous incitons nos adhérents à se rendre dans le réseau des audioprothésistes agréés **KALIVIA** où des tarifs privilégiés sont pratiqués.

L'allocation de la sécurité sociale est de 199,71€ par appareil pour un adulte. Le coût d'un appareil binaural est situé entre 2000€ et 4000€.

Pour les enfants de moins de 20 ans et les malvoyants, la base de remboursement de la sécurité sociale passe à 1400€ par oreille.

### Des vertus

Riche en calcium, en vitamines ou en protéines, le lait est un aliment aux nombreuses vertus. C'est le compagnon indispensable d'une alimentation équilibrée. Lait, yaourts, fromages... Les produits dérivés du lait ont des qualités souvent similaires et conviennent à tous les goûts !

([www.doctissimo](http://www.doctissimo))

### Gamme

La catégorie des « produits laitiers » regroupe la plupart des produits élaborés à base de lait :

yaourts, fromages blancs, mais aussi fromages...et bien sûr le lait lui-même ! On considère qu'un produit laitier ou une portion de produit laitier correspond à : 1 yaourt (125 g), 1 fromage blanc individuel (100 g), 2 petits suisses (60 g), 30 g de fromage, 1 verre de lait...

([www.manger-bouger](http://www.manger-bouger))

### Diabète

D'après des chercheurs britanniques qui publient un article dans Diabetologia, une consommation élevée de yaourt peut réduire le risque de diabète de 28 %. De manière générale, les produits laitiers fermentés pauvres en graisses limiteraient le risque de diabète de 24%.

Les produits laitiers représentent une source de graisses saturées. Mais ils apportent aussi des vitamines A et D (dans les produits fortifiés), B2, B12, K1 et K2, et des minéraux (calcium, magnésium et potassium). Le lien entre produits laitiers et diabète soulève encore des interrogations, les produits pauvres en graisses semblant plutôt favorables.

([www.e-sante](http://www.e-sante))



### Nos amis pour la vie ?

Investi d'une valeur symbolique forte de santé et de naturel, le lait est cité comme l'aliment complet par excellence, et les laitages sont donnés pour indispensables.

Alors que le régime d'Okinaawa par exemple (Japon) qui fabrique des centaines n'en contient pas du tout

En France, l'idée que les produits laitiers de vache et les produits laitiers en général (de chèvre ou de brebis) ne sont pas « nos amis pour la vie » est mal acceptée, car elle va à contrecourant de notre culture alimentaire : ne sommes-nous pas « le pays du fromage » ?

Aucune donnée scientifique sérieuse ne prouve qu'en mangeant 3 à 4 laitages par jour on prévient l'ostéoporose.

Un yaourt quotidien certes, peut apporter des bénéfiques digestifs. Le fromage reste un plaisir. Pourtant, dans bien des pathologies, le fait d'enlever les produits laitiers donne des résultats spectacu-

laire.

Aujourd'hui, certains médecins font entendre leur voix : l'idée que les produits laitiers puissent être néfastes est prise au sérieux et fait son chemin.

([www.lanutrition.fr](http://www.lanutrition.fr))

## UNE RECETTE

### Soupe de potiron et fromage fondu

**1** - Éplucher et émincer les oignons. Mettre les légumes dans un fait-tout. Ajouter le bouillon cube et l'eau. Saler, poivrer. Faire cuire à couvert pendant 10 min, puis à découvert pendant 15 min.

**2** - Réserver une partie de l'eau de cuisson dans un saladier.

**3** - Ajouter le fromage fondu et une cuillère à café de curry ou de cumin selon le goût. Mixer finement puis ajouter de l'eau de cuisson en fonction de la consistance désirée. Rectifier l'assaisonnement au besoin

**4** - Servir la soupe parsemée de coriandre ciselée.

## CARNET

### Ils nous ont quittés

Mme Ginette PEYRARD	13/06/2014	Mme Marie-Cécile CASTEL	10/08/2014
M. Raymond NICOL	07/07/2014	M. Jacques DELMAS	17/08/2014
M. Michel BURLET	12/07/2014	M. Maurice MICHEL	21/08/2014
M. Jean-Pierre JAUREGUBERRY	04/08/2014	Mme Jeannine MERLANE	14/09/2014

### Ils sont arrivés

Jules BEURDELEY	08/07/2014	Adam BENKAMMOUIM	19/08/2014
Zacharie MAUSMOND	26/07/2014	Emmy FAURE	21/08/2014
Aminé BELFQUIH	06/08/2014		

### MUTUELLE INFOS

N° de publication : ISSN 1952 997 X  
Tiré à 1750 exemplaires est une publication éditée par la mutuelle du Groupe La Dépêche du Midi - Avenue Jean-Baylet 31095 Toulouse cedex 9.

La mutuelle Complémentaire santé du Groupe La Dépêche du Midi est régie par le code de la mutualité et soumise au contrôle de l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (ACPR)

**Directeur de la publication :**  
Serge Lombez

**Rédaction :** Marie-Françoise Borie, Anne Déro, Pierre Escorsac

**Mise en page :** Alex Bargas (Studio Mag / PAO OCI)

**Photos et infographies :**  
Michel Soula et Robert Bacarisse  
**Impression :** Garonne Routage